

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Aktivitas fisik seperti olahraga dimaksudkan untuk memperkuat tubuh, menjaga kesehatan, dan meningkatkan kemampuan fisik individu. WHO (2022) merekomendasikan agar setiap orang berolahraga minimal dua kali seminggu karena pentingnya bagi kesehatan. Selain manfaat kesehatan, olahraga juga dianggap sebagai cara yang efektif untuk bersantai dan meningkatkan kebahagiaan (Lobemato & Nugraheningsih, 2023). Menurut (Dwi & Gumantan, 2021) Olahraga adalah aktivitas yang dilakukan secara teratur, terdiri dari tahap pemanasan, inti, dan pendinginan, serta berasal dari kata "olah" dan "raga", yang berarti latihan untuk tubuh dan kesehatan. Hal ini didukung oleh pendapat (Mahfud & Fahrizqi, 2020) yang berpendapat bahwa olahraga merupakan perilaku khas manusia yang memiliki variasi, dimana setiap cabang olahraga memiliki arah dan tujuan yang berbeda. Ini menunjukkan bahwa olahraga menjadi fenomena penting dalam kehidupan sosial masyarakat.

Futsal, sebagai contoh olahraga dengan arah dan tujuan tertentu, pertama kali diperkenalkan di Indonesia pada awal abad ke-21, sekitar tahun 2000, dan kemudian resmi diakui oleh PSSI pada tahun 2004. Meskipun relatif baru, futsal berhasil menarik minat banyak orang karena keseruannya yang mirip dengan sepak bola serta dapat dimainkan oleh siapa saja tanpa memerlukan lapangan yang luas (Selatan, 2023). Menurut kurniawan dalam (Pranata, 2016) sasaran utama dalam permainan futsal adalah mencetak gol dengan mengendalikan bola menggunakan kaki dan memberikan kesempatan bagi setiap tim untuk mengganti pemain selain dari lima pemain inti.

Teknik dasar yang sangat penting dalam futsal adalah *passing*. Walaupun terlihat mudah, teknik *passing* memerlukan tingkat konsentrasi yang tinggi serta kemampuan untuk mengarahkan bola dengan akurat agar hasilnya optimal (Anbi & Alsaudi, 2021). *Passing* memiliki peran utama dalam permainan futsal karena kecepatan yang dimilikinya. Aksi *passing* digunakan untuk merencanakan serangan, menghalau serangan lawan, dan bahkan bisa menjadi cara untuk mencetak gol. Untuk menjadi pemain futsal yang terampil, diperlukan penguasaan yang memadai terhadap teknik dasar futsal, yang merupakan kunci untuk menampilkan performa futsal yang optimal. (Mahendra *et al.*, 2022) menyatakan, Serangan dalam permainan terdiri dari serangkaian langkah, termasuk melakukan *passing*, *dribbling*, dan diakhiri dengan usaha *shooting* menuju gawang lawan. Pelatih di lapangan mengharapkan agar timnya menjalankan skema permainan ini saat menyerang lawan, memanfaatkan setiap kesempatan yang ada, baik melalui aksi *passing* maupun tembakan ke gawang (Hamzah & Hadiana, 2018). Banyak pemain futsal yang masih belum mahir dalam melakukan teknik *passing*, oleh karena itu diperlukan latihan yang tepat agar kemampuan mereka dalam melakukan *passing* dengan akurat dapat meningkat. Penelitian oleh (Fadli *et al.*, 2023) Keterampilan *passing* yang efektif sangat penting dalam permainan futsal, karena kemahiran ini dapat membantu tim meraih kemenangan dalam suatu pertandingan dengan lebih mudah. Hal serupa juga diungkapkan (Harjanto, 2019) Kemampuan melakukan *passing* dengan tepat dapat menjadi kunci bagi tim dalam mengubah dinamika permainan, menembus pertahanan lawan, dan mengatasi situasi sulit saat menghadapi strategi yang dipersiapkan oleh lawan. Salah satu langkah untuk menciptakan peluang gol adalah melalui serangkaian *passing* yang efektif, oleh karena itu, tingkat akurasi dalam melakukan *passing* menjadi sangat penting bagi seorang pemain (Alkhadaaf & Syafii, 2019).

Ekstrakurikuler merupakan sarana pengembangan bakat bagi siswa-siswi. Di tingkat SMA/SMK, salah satu ekstrakurikuler yang populer adalah futsal. SMK N1 Bandar Lampung adalah salah satu sekolah yang memiliki program ekstrakurikuler futsal yang diberi dukungan dan fasilitas dengan baik oleh pihak sekolah. Saat tim futsal putra SMK N1 Bandar Lampung berlatih melawan lawan dalam sebuah pertandingan persahabatan, saya sering melihat terjadi kesalahan dalam melakukan *passing*, yang berdampak negatif bagi performa tim dan membuat mereka kesulitan meraih kemenangan. (Hamzah & Hadiana, 2018) Menyatakan bahwa Menguasai keterampilan teknik *passing* adalah hal yang krusial karena kemampuan dalam melakukan *passing* memungkinkan tim untuk menggerakkan bola dengan cepat dan mempertahankan kendali atas permainan di lapangan. Selain itu, dengan melakukan *passing*, tim dapat membuka ruang bagi pemain yang bergerak ke berbagai sisi lapangan, serta menciptakan peluang untuk mencetak gol.

Setelah mengamati situasi tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang ekstrakurikuler futsal di SMK N1 Bandar Lampung. Dalam tahap awal penelitian, peneliti melakukan wawancara dengan pelatih tim futsal dari sekolah tersebut. Dalam wawancara tersebut, pelatih mengungkapkan “bahwa banyak anggota tim futsal, terutama tim putra, belum sepenuhnya menyadari pentingnya keterampilan *passing*”. Dia juga menambahkan “bahwa masih ada kendala besar terkait akurasi *passing*, yang menyebabkan kesulitan dalam mengirimkan bola dengan tepat kepada rekan tim mereka”. Selanjutnya, peneliti mengamati para pemain selama pertandingan, dan kesalahan yang masih sering terjadi adalah kurangnya akurasi dalam melakukan *passing*, sehingga bola tidak sampai kepada rekan setim yang dituju.

Setelah mengamati dan mewawancarai, peneliti mempertimbangkan solusi yang dapat diberikan kepada tim futsal putra di SMK N1 Bandar Lampung. Salah satu solusinya adalah dengan

menyediakan latihan yang inovatif dan bervariasi untuk meningkatkan akurasi *passing* mereka. Salah satu latihan yang diusulkan adalah latihan *passing triangle*, yang merupakan teknik inovatif dan variasi dalam latihan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan akurasi *passing* dan membantu mengatasi tantangan yang dihadapi oleh tim futsal di SMK N1 Bandar Lampung. Latihan ini melibatkan pemain dalam posisi membentuk segitiga dan saling bertukar bola, bertujuan untuk meningkatkan akurasi, kecepatan, koordinasi, dan pemahaman antar pemain dalam tim.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada ekstrakurikuler futsal putra yang ada di SMK N1 Bandar Lampung dengan judul penelitian “Pengaruh Bentuk Latihan *Passing Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Ektrakurikuler Futsal Putra SMK N1 Bandar Lampung”

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, peneliti merumuskan masalah “apakah terdapat pengaruh bentuk latihan *Passing Triangle* terhadap akurasi *passing* pada ekstrakurikuler futsal putra SMK N1 Bandar Lampung ?”

## **1.3 Batasan Masalah**

Dengan mempertimbangkan konteks dan masalah yang telah diidentifikasi sebelumnya, serta untuk menghindari penafsiran yang keliru, penulis menetapkan batasan masalah. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah membatasi pembahasan pada pengaruh latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMK N1 Bandar Lampung.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dituliskan, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui pengaruh bentuk latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada ekstrakurikuler futsal putra SMK N1 Bandar Lampung”.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

Peneliti berharap agar sekiranya hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi beberapa pihak lain, sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa dan Siswa dapat dijadikan ilmu pengetahuan tentang pengaruh bentuk latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sebagai bahan peningkatan prestasi.
2. Bagi Guru dapat dijadikan untuk sumber bacaan dan pembelajaran dalam meningkatkan prestasi.
3. Bagi para Pelatih dapat dijadikan dalam merancang program latihan yang baik untuk meningkatkan akurasi *passing* bagi para atlet untuk menunjang prestasi yang lebih baik.
4. Bagi Peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan apakah ada pengaruh bentuk latihan *passing triangle* terhadap akurasi.